

「ムース食」 週間献立表

		3月16日(月)		3月17日(火)		3月18日(水)		3月19日(木)		3月20日(金)	
朝	★全粥240g	がんと煮 麦		★全粥240g		肉団子の甘酢煮 卵乳麦		★全粥240g		鶏つくねとフキの煮物 卵乳麦	
		大根と竹輪の酢の物 乳麦		★全粥240g		切干大根と小松菜の煮物 麦		★全粥240g		温泉玉子 卵麦	
		★味噌汁(とろみ) 麦		★全粥240g		ベーコンのごま酢和え 卵乳麦		★全粥240g		一夜漬 乳麦	
食	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	おかずセット
	エネルギー	122kcal	296kcal	エネルギー	136kcal	310kcal	エネルギー	89kcal	263kcal	エネルギー	104kcal
	たんぱく質	3.3g	7.1g	たんぱく質	2.9g	6.7g	たんぱく質	2.6g	6.4g	たんぱく質	2.7g
昼	★全粥240g	とんかつ 卵乳麦		★全粥240g		白身の味噌煮 乳麦		★全粥240g		鶏肉のカレー風味焼き 乳麦	
		黒豆煮 乳麦		★全粥240g		鶏の照焼 乳麦		★全粥240g		赤魚の味噌煮 乳麦	
		マリーネサラダ 卵乳麦		★全粥240g		赤玉南瓜の煮物 麦		★全粥240g		薩摩芋と切昆布の煮物 乳麦	
食	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	おかずセット
	エネルギー	227kcal	401kcal	エネルギー	187kcal	361kcal	エネルギー	205kcal	379kcal	エネルギー	202kcal
	たんぱく質	5.5g	9.3g	たんぱく質	10.5g	14.3g	たんぱく質	8.4g	12.2g	たんぱく質	7.4g
夕	★全粥240g	鮭の西京焼 乳麦		★全粥240g		鶏肉のデミソース煮 乳麦		★全粥240g		白身の竜田揚げ 乳麦	
		油揚げと菜の花の煮物 麦		★全粥240g		ひじき煮 乳麦		★全粥240g		白身フライタルタル 卵乳麦	
		若芽とパインの酢の物 麦		★全粥240g		大根とベーコンの煮物 卵乳麦		★全粥240g		大豆大根煮 卵乳麦	
食	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	おかずセット
	エネルギー	188kcal	362kcal	エネルギー	173kcal	347kcal	エネルギー	227kcal	401kcal	エネルギー	206kcal
	たんぱく質	7.8g	11.6g	たんぱく質	6.7g	10.5g	たんぱく質	7.1g	10.9g	たんぱく質	4.9g
合	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	おかずセット
	エネルギー	537kcal	1059kcal	エネルギー	496kcal	1018kcal	エネルギー	521kcal	1043kcal	エネルギー	512kcal
	たんぱく質	16.6g	28.0g	たんぱく質	20.1g	31.5g	たんぱく質	18.1g	29.5g	たんぱく質	16.8g
計	脂質	28.1g	30.2g	脂質	23.5g	25.6g	脂質	24.4g	26.5g	脂質	28.6g
	炭水化物	53.4g	168.6g	炭水化物	52.7g	167.9g	炭水化物	58.5g	173.7g	炭水化物	47.1g
	ナトリウム	1903mg	3472mg	ナトリウム	2207mg	3776mg	ナトリウム	1859mg	3428mg	ナトリウム	2468mg

★はフルセットのメニューです。おかずセットには付きません。ムース食は消費者庁許可の特別用途食品(えん下困難者用食品)ではありません。天候や仕入れの都合により、予告無しで献立を一部変更する場合があります。嚥下食などの食事療法として利用される場合は事前に医師にご相談ください。

お食事の作り方

- ①ムースは冷蔵状態です。
- ②お受け取り後は**冷蔵庫**で保管ください

③ラベルに書いてある「○温め可」と「×温め不可」を確認



④温め方法は次の方法です
(あ) 湯せん
(い) 電子レンジ

(あ) 湯せん
鍋に**60℃**くらいのお湯を張り、ムースをカップのまま浮かべます。



次にフタをして**15分程**温めます。追加で**火はかけません**。

(い) 電子レンジ
お皿に移し、好みにカットしてから、深めのお皿に入れラップをし、電子レンジにかけて下さい



電子レンジの参考条件
600W 20~25秒
200W 40~50秒←オススメ

④カップを下に向けてスプーンで空気を入れるように剥がして、お皿やまな板に落とします。



お皿に盛付けて完成です

【電子レンジの御注意】
※電子レンジを掛け過ぎると破裂や溶解をする事があります
※各電子レンジメーカーによって条件が変わる場合があります